

Ugeskema REHPA uge 26 2025, Kræftrelateret træthed og hverdagsliv

Mandag 23/6	Tirsdag 24/6	Onsdag 25/6	Torsdag 26/6	Fredag 27/6
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.45-11.15 Velkomst og introduktion <i>v. forløbsleder Marianne Hansen</i> Træningssalen 11.15-12.00 Fælles præsentation <i>v. forløbsleder Marianne Hansen</i> Træningssalen	7.30-8.15 Morgenmad	7.30-8.15 Morgenmad	7.30-8.15 Morgenmad	7.30-8.15 Morgenmad
	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen	8.45-9.00 Check ud fra værelser Bagagen stilles i Aktivitetsrummet i stueetagen 9.00-9.15 Morgensamling
	9.00-12.00 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	9.00-11.30 Træthed, kræft og psyke <i>v. psykolog Christina Andersen</i> Undervisnings-lokalet	9.30-12.00 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. læge og billedkunstner Lærke Egeffjord</i> Træningssalen 9.00-10.15 Koncentration og hukommelse <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisnings-lokalet 9.00-10.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Tommy Ude</i> 10.30-11.30 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Tommy Ude</i> 10.45-12.00 Koncentration og hukommelse <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisnings-lokalet	09.15-9.45 Værdier og forandringsprocesser <i>v. sygeplejerske Anne Egelund</i> Træningssalen
12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost
12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur
13.00-14.30 Værdier i livet <i>v. psykolog Christina Andersen</i> Undervisnings-lokalet 15.00-16.00 Walk and talk i grupper Ude	13.00-14.15 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Mette Hermann</i> Ude 14.45-16.15 Værdier i livet <i>v. psykolog Christina Andersen</i> Undervisnings-lokalet	13.00-14.15 Yoga og mindfulness <i>v. yogalærer Camilla Clavile</i> Træningssalen 14.45-16.00 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Mette Hermann</i> Ude	13.00-15.30 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. læge og billedkunstner Lærke Egeffjord</i> Træningssalen 13.00-15.30 Træthed, kræft og psyke <i>v. psykolog Christina Andersen</i> Undervisnings-lokalet	13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage Pause/valgfri gåtur
17.30-18.00 Aftenværtinde SSA Diana byder velkommen Dagligstuen 3. sal				13.00-13.30 Afslutning og på gensyn – virtuel opfølgning <i>v. forløbsleder Marianne Hansen</i> Træningssalen
18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	13.35 Afrejse
	19.30-20.30 Musik og sang <i>v. Britt og Lise, Træningssalen</i>			

REHPA
Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

Det med blå: Husk træningstøj!